

青年期発達障がい者を対象とした身体感覚への気づきと自己コントロール感の体験を促す動作法の導入

松藤 光生・吉川 昌子

The Application of Dohsa-hou for promoting the body consciousness and Self-control to Adolescent with Developmental Disorders

Mitsuo Matsufuji・Shoko Yoshikawa

問題と目的

1. 青年期発達障がい者への支援

2005年に発達障害者支援法が成立して以降、発達障害者に対する支援や研究が進められてきている。公的には、各地方自治体に設置された発達障害者支援センターが中心となり種々の相談支援が行われている。その中で、特に児童期以降の青年期・成人期の発達障がい者に対しては、就労支援に重点が置かれ、地域障害者職業センターにおける職業リハビリテーションやジョブコーチ支援等の多様な支援が行われている。

また公的な支援以外では、社会性の教育や発達支援を主な目的とした、発達障がい者を対象としたグループ・アプローチによる支援も行われている。その一つとして、滝吉・田中(2009)は、高機能広汎性発達障がい者を対象とし情動の活性化を通して、自己理解及び他者理解へとつなげることを目的とした心理劇的ロールプレイングの実践の中で、青年期のアスペルガー障害者の自己理解が変容した過程を報告している。また吉川ら(2009)は、青年期発達障がい者の社会性教育を目的としたグループに置いて、グループ内での行動や発言の肯定的な変容が認められた過程を報告している。さらに吉川(2011)は参加者並びに保護者への調査の結果、グループが参加者にとって重要な居場所となっていることについても報告している。このような発達障がい者に対するグループ・アプローチは、単に自己理解を促すことや社会性の教育を行うだけでなく、杉山・辻井(1999)が述べているように自分の他にも仲間がいる感覚

を持つことが可能になり、そのグループの場が居場所となり、結果的に心理的な面を支えることにも繋がるのが推察される。

上記のような発達障がいの社会性の困難や自己理解に焦点を当てた支援が行われてきている一方で、発達障がい児者の姿勢や身体の動きの問題についても近年注目が集まってきている。香野(2010)は、発達障がい児を対象とした姿勢や身体の動きについての研究について概観する中で、発達障がい児の姿勢や身体の動きの特性や困難性について理解を深め、その支援をすることの重要性について述べている。また高橋ら(2011)では身体症状、高橋ら(2014)では身体の動きにくさについて、発達障がい者の本人調査と一般大学生との比較を行う中で、発達障がい者の方が様々な身体的な不調や動きの面での不器用さについての自覚があり、またそういった面についての支援のニーズの高さも認められていることが報告されている。こういった発達障がい者が抱える身体面の不調に関しては、それはそれぞれの障がい特性や認知特性によって生じているとも考えられるが、成瀬(2007)が述べるように、「こころの問題が動作を不調・不当にさせる」と考えた場合、発達障がい者は、日常生活上の不適応や対人関係上の困難を抱えることの多さから、身体面の不調を抱えることが多くなる可能性も考えられる。これら、身体面の困難性について、主に幼児期や学齢期の児童を対象としての支援は、実践されてきているが(香野、2010) 青年期の発達障がい者を対象とした支援については、その実践が少ないのが現状である。

2．姿勢や身体の動きの援助としての動作法

姿勢や身体の動きの援助、もしくは動作を紹介した援助法として、動作法があげられる。動作法は、現在まで様々な対象に適用され、その効果が確認されてきており、発達障がい児者に対しても、注意欠陥多動性障がい児(竹下・大野、2002；古賀・井上、2003；井上、2007)や自閉症児(2002、森崎)などの実践が認められるが、前述もしたように、学齢期もしくは、知的な遅れを伴う発達障がい児者への適用が多くみられ、知的な遅れがなく大学への進学や就労をしているような発達障がい者への適用は、ほとんどみられない。また発達障がい児者に動作法を適用している事例の多くは、個別の事例であるが、古賀・井上(2003)は、発達障がい児を対象としたグループアプローチにおいて動作法を導入する意義について報告している。その中では、発達障がい児が動作者としての体験を基に、援助者として動作者に関わることで日常では経験されない他者に向き合う体験となることを報告している。

青年期への動作法の適用に関しては、発達障がい者を対象としたものではないが、思春期や青年期の大学生を対象として、日常生活上の適応やストレスマネジメント教育を目的とした実践と研究がなされてきている。小澤(2007)は、小学6年生から高校2年生までの児童生徒を対象に、リラクセーション課題を実践するとストレス反応が低下したことを報告しており、また井上(2012)は、大学生を対象に身体感覚への気づきを促すことにより、自己理解や快適な身体感覚を賦活化させる体験を目的とした動作法実践を行い、参加者が身体の緊張感に気づき、リラックス感や自己コントロール感を体験することが可能であったことを報告している。ここに挙げた実践は、発達障がい者を対象としたものではないが、動作法適用の事例において発達障がい児の行動変容などに効果があったことを踏まえると、発達障がい者に対してもストレスマネジメントや身体感覚の気づきを促す等の効

果が得られる可能性もあると思われる。しかし定型発達児と同様の方法で同様の効果が得られるとは考えにくく、発達障がい者を対象とする上での配慮や発達障がい者特有の体験について明らかにすることは、発達障がい者の支援を考える上でも有用なことであると思われる。

3．目的

青年期発達障がい者のためのコミュニティ・グループワークのプログラムの一環として、身体感覚への気づきと自己コントロール感の体験を促すために動作法のペアリラクセーション課題を実施した。実施中の対象者の様子と対象者へのアンケート調査から、青年期発達障がい者に対して動作法を行うことの意義や課題についての検討を行い、青年期発達障がい者の姿勢や身体の動き問題に対しての支援について、考察を行うことを目的とする。

方 法

1．調査対象

X大学発達支援センターでは、月に一度、青年期の発達障がい者を対象にロールプレイングを中心とした社会性教育のためのグループ(X-Role-Playing-Group、以下XPRG)を開催している。グループは、X大学発達支援センターと

表1．参加メンバーの概要と参加回数

午前グループ	性別	所属	Y年度参加回数(7回実施中)
A	男	就労訓練	6
B	男	高校生	6
C	男	高校生	6
D	男	高校生	3
午後グループ			
E	男	中学生	6
F	男	中学生	2
G	男	高校生	6
H	男	短期大学	5
I	男	社会人	6
J	男	社会人	7
K	男	社会人	7
L	女	社会人	2

表 2 . プログラムの概要

一日のタイムスケジュール	プログラム概要
9 : 30 ~ 10 : 30 スタッフミーティング	1 . はじめの会 健康チェック
10 : 30 ~ 12 : 30 A グループの活動	ニュースの時間 のびのびリラックス体操（動作法）
12 : 30 ~ 13 : 15 スタッフミーティング	2 . ウォーミングアップ フルーツバスケット等のゲームを中心としたウォーミングアップ
13 : 15 ~ 15 : 00 B グループの活動	3 . テーマ活動 ロールプレイングを中心とした、その日のテーマ活動
15 : 00 ~ 16 : 00 スタッフミーティング	4 . おわりの会 感想のシェアリングや振り返りシートへの記入

地域の発達障がい者親の会との共催であり、参加しているメンバーは、保護者が同親の会に所属している。メンバーの詳細とY年度の参加回数は、表 1 の通りである。なお診断については、医学的な診断名がついていないメンバーもいるが、幼児期や児童期に発達の偏りや遅れの指摘を受けている場合が多く、またグループ内容の様子からも、日常生活における対人場面での困難さを明らかに抱えていることが推察された。

2 . プログラムの概要

一日の流れとプログラムの概要については、表 2 に示している。グループを構成するスタッフは、プログラムの企画や全体指導に当たるリーダーとして臨床心理士 3 ~ 5 名、及び当日

のメンバーの活動をサポートするための学生ボランティアが数名である。基本的にプログラム中には、参加メンバー一名に対して、スタッフ一名が担当として活動に共に参加し、プログラムの理解や参加の促し等の支援を行う。

グループでは、Y - 1 年度より、保護者からメンバーの姿勢が気になるなどのニーズがあったこともあり、自分の身体感覚や姿勢に気づき、自己コントロールを促すためにプログラムに動作法を取り入れている。プログラム中では、参加メンバーに対しては、「のびのびリラックス体操」と説明し、進行は基本的に筆者がリーダーとして行い、メンバーは、担当スタッフと共にペアを組む形で実施し、実施中には心理リハビリテーション・スーパーバイザー有資格者

表 3 . 動作法概要

課題への導入	リラクセーション課題実施時は、「動かす人」（動作者）と「手伝う人」（援助者）をそれぞれのペアで決めてもらい、動作者は椅子に座り、援助者は椅子の後ろに立つように伝える。
肩上げ課題	肩上げ課題とは、肩の上げ下げの動作を行う課題である。まず動作者一人に動かしてもらい、援助者はその様子を観察するように伝える。その後、リーダーがモデルを示しつつ、肩の横に手を触れるように伝え、最初は動作者の動きについていくように伝える。その後、再び肩の上げ下げ動作を行うが、その際には、動作者が動かすのが難しそうな場合、少しだけ手伝うように伝える。
肩開き課題（Y 年度 4 回目より導入）	肩開き課題とは、肩を後方に開く動作を行う課題である。肩上げ課題と同様に最初は、リーダーがモデルを提示しつつ、援助の方法について伝える。援助に関しては、基本的には動作者の動きについていくように伝え、肩や腕などに強い緊張が入った際には、肩をしっかりと支えてあげ、動作者が緊張を抜きやすいように手伝うように伝える。
課題実施後	各課題実施後には、各ペアで課題を行っての感想を共有するように伝える。感想の共有後、動作者役割と援助者役割を交替して再度課題の実施と感想の共有を行う。

のリーダーが各ペアの指導・支援を行いながら進行する。動作法の時間は、15分～20分程度であり、概要については表3に示す。全体の進行は、基本的に、取り組む動作課題の内容を伝えた後に、援助の方法について伝え、課題実施中にも過度な緊張が入ってしまっている様子が見られた場合には、「姿勢はなるべく真っ直ぐ」や「声かけもしてあげて」と全体に対して適宜留意点を伝えるように行った。また課題の取り組みにはペアによって差が見られるため、早く終わったペアが見られた際には、「終わったペアは、感想をお互いに言ってください」と伝え、全体が課題を終えた際にも、再度同様のことを伝えるように行った。

3. 質問紙調査

Y年度実施7回目にメンバーの姿勢や身体の動きについての自己認知と動作法体験について明らかにするために、筆者が独自に作成した質問紙による調査を実施した。対象となったのは、7回目に参加した9名のメンバーであり、実施は、動作法実施直後に行い、筆者が質問を一つずつ読み上げ、記入に際しては、担当スタッフが適宜支援を行った。質問に関しては、全て例示からの多肢選択と自由記述を求めた。質問の具体的内容は、以下の通りである(表4)。

(1) 自分の姿勢について問う項目：自分の姿勢について、気になる点を問う質問である。例示としては、自分の姿勢が良いと捉えていることを表す「姿勢は良い」、姿勢の保持についての難しさを表す「良い姿勢が保てない」、姿勢のバランスの悪さを表す「姿勢がアンバランス」、肩や背が屈になっていることを表す「猫背」の4つを提示した。

(2) 自分の動作について問う項目：自分の動きや動作について問う質問である。例示としては、身体に緊張を入れることの難しさを表す「身体力が入らない」、身体の過剰な緊張を表す「身体がかたい」、動きをスムーズに出すことの難しさを表す「動きがおそい」、動きの不器

用さを表す「動きがぎこちない」の4つを提示した。

(3) 動作者体験について問う項目：動作法において、実際に動作を行う動作者の体験について問う質問である。心身の爽快感や快適体験を表す「楽になった」「スッキリした」、身体感覚への気づきを表す「身体のこと気付けた」、身体感覚やその変化への実感の乏しさを表す「特に変わらない」、心身の不快な体験を表す「痛い」「イライラした」の6つを提示した。

(4) 援助者体験について問う項目：動作法において、援助者役割を取った体験について問う質問である。援助の困難さや疲労などの否定的体験を表す「難しい」「疲れる」、援助の達成感などの肯定的体験を表す「面白い」「上手く出来た」、動作者への意識や関係を表す「仲良くなった」「相手に気をつかう」の6つを提示した。

結果と考察

1. 質問紙調査の結果

(1) 自己の姿勢について問う項目

結果を表5に示す。5名が「良い姿勢を保てない」と答えており、その他も2名は「姿勢がアンバランス」にチェックを入れている。姿勢について、何らかの困難さを実感していることが窺える。また自由記述においては、「肩がこる」という記述をしているものが2名見られており、具体的な身体の不調を感じているものがあることも確認された。

(2) 自己の動作について問う項目

結果を表6に示す。5名が「身体がかたい」と答え、またその他の4名は「動きがおそい」と回答している。「動きがおそい」と回答したもの内2名は、「動きがぎこちない」にも回答をしている。動きについても何らかの困難さを実感していることが窺える。また自由記述においては、回答者によって様々ではあるが、「脱力が出来ない」「手先が不器用」などより具体的な困難さについても自覚をしているものがあることが確認された。

表 4 . 姿勢や身体の動きについての自己認知と動作法体験に関する質問紙

のびのびリラックス体操をより良くするためのアンケート

この質問は、これからこののびのびリラックス体操をより良いものにするために、みなさんの普段の身体の感じやリラックス体操をしている時のことを聞くものです。よろしければご協力をお願いします。

以下の質問で当てはまるものには、() の中に を記入して、下の四角の中にも自由に書いてください。

自分の姿勢の事で気になることはありますか

姿勢が良い ()

良い姿勢が保てない ()

姿勢がアンバランス ()

猫背 ()

その他、身体の特にこの部分が気になるなどあれば下に書いてください。(肩がこる、腰が痛いなど)

自分の動きや動作のことで気になることはありますか

身体の力が入らない ()

身体がかたい ()

動きがおそい ()

動きがぎこちない ()

その他、特に気になるなどあれば下に書いてください。(手先が不器用、運動が苦手など)

リラックス体操をしてみて、どのようなことを感じますか

楽になった ()

スッキリする ()

身体のこと気付けた ()

特に変わらない ()

痛い ()

イライラする ()

その他、感じることや気になることを下に書いてください

リラックス体操で、手伝う時にどのようなことを感じますか

難しい ()

面白い ()

仲良くなれた ()

上手く出来た ()

相手に気をつかう ()

疲れる ()

その他、感じることや気になることを下に書いてください

表5．自分の姿勢についての回答結果

	姿勢良い	保てない	アンバランス	猫背	自由記述
A					時々肩が遅くなる
B					
C					姿勢が良かったと思った
F					肩がこる
G					左肩がこる
H					
I					
J					足の付け根と太ももの裏、腰
K					
計	1	5	2	3	

表6．動きや動作についての回答結果

	力が入らない	かたい	おそい	ぎこちない	自由記述
A					動きが少し遅い
B					脱力が出来ない
C					肩が上がって少しかたかった
F					運動が苦手
G					手先が不器用、お腹に力を入れると痛い
H					
I					
J					足の疲れが上半身にくる
K					長座体前屈する時などかたい。肩も
計	1	5	4	2	

(3) 動作者体験について問う項目

結果を表7に示す。「楽になった」「スッキリした」の快適な体験の回答は重複したものも合わせて4名であり、「身体のこと気付けた」への回答が3名であった。「痛い」「イライラする」の不快感に回答したものはおらず、快適な体験をしたものや身体感覚への気付きがあったと思われるものがある一方、「特に変わらない」だけに回答をしているものも2名見られた。

(4) 援助者体験について問う項目

結果を表8に示す。4名が「相手に気をつかう」に回答し、また「仲良くなれた」にも2名が回答するなど、動作者であるスタッフへ意識を向けていたことが確認される。また「上手く出来た」「面白い」と回答し、肯定的な体験を

しているメンバーも3名いるが、「難しい」と回答しているメンバーも2名おり、自由記述においても「よく分からない」や「判断が合ってるか分からない」など援助に対しての難しさを感じているメンバーがいることも確認された。

2．動作法実施の経過

全体的な経過としては、年度1回目の実施時などは、動作者の際も援助者の際にも周囲をキョロキョロと見回すものや動作者の際に、肩を上げる動作に置いて、腕全体に緊張が入ってしまった際などにどのようにしてその緊張を抜いたら良いのか分からず戸惑っているような様子を見せるメンバーが多く見られていた。しかし回を重ねるごとに、どのようなことを行うのかの見通しが持てたためか、落ち着いて集中して

表 7．動作者体験についての回答結果

	楽になった	スッカリ	気付けた	変わらない	痛い	イライラ	自由記述
A							
B							
C							肩を上げて少し楽になった
F							足が少し楽になった。体温が上がった
G							
H							肩のつけねがひらいた気がする
I							
J							足のリラックス体操がしたい
K							
計	3	2	3	3	0	0	

表 8．援助者体験についての回答結果

	難しい	面白い	仲良く	上手く	気をつかう	疲れる	自由記述
A							
B							
C							手伝う時によく出来た
F							
G							自分が判断したことが合っているか分からない
H							
I							
J							見てる時、よく分からない
K							
計	2	1	2	2	4	0	

動作や援助に取り組む様子が多く見られるようになった。また実施後にスタッフとのペアで動作を行った感想を共有する時間を持つと、年度前半は、主にスタッフから感想を言っている場面が多かったが、後半の実施回では、メンバーからも自分の動作やスタッフの動作についての感想が出るようになり、やり取りが活発に行われるようになっていった。緊張のコントロールに関しては、個人差が見られており、上手く緊張を弛緩することが出来るようになったものもいれば、緊張のコントロールが難しいものもある様子であった。以下に、参加回数が多く、また調査への回答も得られた A、B、G、J の 4 名について実施中の様子を質問紙の回答と合わせて述べる。

A は、緊張のコントロールが難しい様子で、

肩を上げる動作の際に、腕全体に緊張が強く入ってしまい、援助者が「力を抜いて」と伝えても、どのように抜いたら良いのか分からず戸惑う様子が見られていた。しかし肩を下げる動作の際には、同時に腕の緊張も抜ける様子も見られていた。後半の実施回でも依然として、肩を上げる動作の際には、腕全体に緊張が入っている様子ではあるが、年度 1 回目には、かなり強い緊張が腕全体に入り、肩が上がると同時に腕が身体の左右に大きく開いてしまっていた状態が、その幅が小さくなっており、腕全体に入ってしまう緊張に関しては改善している様子も見られた。援助者役割を取る際には、年度初期は、若干緊張したり戸惑った様子で援助を行っていた。しかし回数を重ねるごとにリラックスした様子で取り組み、また「そうそう」などと動作

者に対して声掛けを行いながら取り組むような様子も見られていた。質問紙にも、援助者体験が「面白い」と回答しており、実施後に動作者役割を取ったスタッフから、援助について肯定的なフィードバックがあると嬉しそうにする様子も見られていた。

Bは、動作法導入時より、「どうやって力を抜いたらいいのかわからない」と答えており、実際に動作を行う際にも、緊張の抜き方がわからない様子であった。その傾向は、後半の実施回でも変わらず見られ、質問紙の自由記述においても「脱力が出来ない」と回答している。しかし最近の回では、「(身体が)かたい」と言った発言も見られており、質問紙に対しても、「かたい」と「気付けた」というところに回答している。

Gは、年度初期より動作には集中して取り組む様子が見られていたが、肩上げ動作の際に首が前傾してしまっていた。しかし5回目の実施時に、リーダーより全体に「動かす時には、肩だけを動かして、背中と首は真っ直ぐしておく」と伝えたところ、自分で首が前傾しないように意識しながら取り組む様子が見られるようになった。その回には動作法実施後に、「楽になったような疲れたような」といった発言も見られており、自身の動作に意識を向け、集中して取り組んではいるが、難しさも感じているような様子が見られていた。また自身の身体や動作に対しての意識も高い様子が見られており、動作法実施中以外でも「自分は不器用」などの発言も見られている。質問紙に対しても、同様の記述が見られている。援助者役割を取る際には、集中して動作者の動作に意識を向けながら取り組む様子が年度前半から見られている。しかしリーダーが動作者に対して声かけもするように伝えても、どのように声掛けをしたよいか分からない様子で、ほとんど声掛けはせずに取り組んでいた。質問紙にも「自分の判断が合っているかどうか分からない」との記述が見られており、援助に対しての難しさや自信のなさも

ある様子である。

Jは、課題実施中には動作自体には、目立った困難は見せずに取り組んでいる様子ではあるが、周囲で取り組んでいる他のペアに視線が移りあまり集中出来ていない様子であった。しかし年度4回目に肩開きの課題を導入したところ、肩周りのかたさを感じた様子が見られていた。それ以降の回では、課題にも集中して取り組む様子が見られるようになり、課題実施後にどこに緊張を感じたかをペアのスタッフや他メンバーに伝える様子が見られるようになった。また後半の回では、自らリーダーに対して、「肩もいいけど、腰がきつい」「足がきつい」などと自身の身体の不調についての訴えをするようになった。同様の訴えは、質問紙にも見られている。援助者役割を取る際には、動作を行う際以上に周囲に視線が移っていた。後半の回でも同様の様子は見られているが、その頻度に関しては少なくなっている。

考 察

1. 身体感覚への気付きに関して

質問紙調査の結果から、参加メンバーは何らかの身体的な不調や動作の困難感を抱えていることが推察された。これに関しては、高橋ら(2011、2014)の調査で見られた結果と同様の結果であると思われるが、一方で動作法を実施することにより自身の身体のことについて「気付けた」との回答も見られている。自由記述の回答で認められた「運動が苦手」「不器用」などは、今までの生活経験の中で感じてきた困難感であると思われる。一方で、経過で取り上げた4名の実施中の様子では身体の緊張やその緊張をコントロールすることが困難なことに関して気付くことが出来ている様子が見られており、それ以外のメンバーにも同様の様子が認められている。井上(2012)では、青年期の大学生に動作法することにより、身体感覚への自己理解が促されていたが、発達障がい者であっても同様に身体感覚への自己理解を促すことが可能である

と思われる。しかし発達障がい者の場合には、前述したように身体に関する困難感を日常的に感じていることを踏まえた場合、動作法を実施することにより、その身体に関する困難感をより強く自覚することにつながる可能性も考えられる。そのように考えた場合、発達障がい者に対して動作法を実施する際には、身体感覚への気づきを促すだけでなく、その自己コントロール感を促すための支援がより重要になるとと思われる。

2．自己コントロール感について

上述したように、発達障がい者であっても動作法を実施することにより、より明確な身体感覚への気づきを得ることが可能であることが示唆された。一方で、自身の緊張を抜くなどの動作の自己コントロールに関しては、肯定的な変化が認められたメンバーもいたが、個人差が大きく見られた。その要因として、考えられることとして、今回の実施では基本的にペアとなった大学生のスタッフが動作法についての経験が少なかったことがあげられる。動作法の支援は、手の触れ方から声掛けに至るまで、経験を通しての学習が必要となる。実際の実施中にも、リーダーが介入し、援助を行うことにより、緊張のコントロールが可能になる様子も見られていた。小澤（2007）や井上（2012）の報告で見られたように、定型発達の青年である場合は、参加者同士のペアリラクセーションによっても、ストレス反応の低下や快適な身体感覚への気づき等の効果が認められるが、発達障がい者の場合には、相応の専門的な支援が必要になることが推察された。具体的には、不適切な緊張が入った際や適切な動作が行えた際に、そのことを明確に簡潔に伝えることや援助を行う際の援助の量の調整が重要になるとと思われる。

3．援助者役割の体験について

援助者役割を取ることに伴う体験に関してはメンバーによっては、回数を重ねるごとにAの

ように肯定的な体験を得ている様子が見られていた。肯定的な体験の内容としては、援助についてスタッフから感謝をされることが身体を通して他者と関わり持つことが出来たことなどが推察される。Aは、活動中にも他者との関わりを求めている様子であったが、言語的な関わりでは、Aの興味のある内容についてを繰り返してやり取りしてしまうことなどが見られていた。そのようなAにとって他者の身体やその動作に注意を向け、他者に合わせたりその動作を援助しながらやり取りをしたりする体験は、日常では体験できないような体験を得ることになったと思われる。Aのように肯定的な体験を得ることが出来るメンバーがいた一方で、経過で取り上げたGやJのように援助に対して難しさを感じているメンバーも見られていた。古賀・井上（2003）では、発達障がい児は、自身の動作者の体験を気付いたことを手掛かりに援助者として、他者の状態の推測や援助が可能になったと考察している。今回の実施では、動作者体験の中で、身体感覚への気づきは得られていたようだが、自己コントロール感については、十分に体験することが出来ていなかった。そのため、手掛かりとする体験が不足しており、援助を困難に感じてしまうことにつながったと思われる。

4．総合的考察

本研究においては、青年期の発達障がい者に身体感覚の気づきと自己コントロール感の体験を目指した動作法を適用し、その意義や課題についての検討を行った。結果として、身体感覚への気づきに関しては、動作法を実施することにより促されることが推察されたが、自己コントロール感については、より専門的な支援が必要となることが示唆された。適切な支援を行うことが可能であれば、自己コントロール感を促すことが可能であることも考えられ、有効な支援のあり方については今後さらに検討が必要であると思われる。さらに発達障がい者が援助者

役割を体験することに関しては、他者から認められることや他者に意識を向け、他者に合わせる形でやり取りを行う体験などを促せる可能性が考えられた。しかしその前提として、動作者として自己に向き合い身体感覚への気付きや自分の動作に関しての自己コントロール感を十分に体験していることが重要になることも示唆された。本研究で対象となったグループは、今後も継続して活動が行われるため、動作法の実施に関して、参加者の体験についても十分に検討を重ねていくこと、それを踏まえた上で支援の方法、課題の内容や展開などについて、検討を重ねていくことが今後の課題である。

謝辞

本研究に調査にあたり、XRPGのプログラムの時間を頂き質問紙調査に協力していただいた参加メンバーに対して、心より感謝申し上げます。

引用文献

- 井上久美子 (2007) 対人場面における不適応を示す ADHD 男児に対する自己制御感を目指した動作面接過程 リハビリテーション心理学研究, 34 (12), 47-57.
- 井上久美子 (2012) 青年期の対象とした身体感覚への「気づき」を促す動作法実践の試み リハビリテーション心理学研究, 39(1), 33-45.
- 古賀聡・井上久美子 (2003) 注意欠陥多動性障害をもつ子どもに対するグループアプローチにおける動作法の導入とその体験のあり方 リハビリテーション心理学研究, 39(2), 47-57.
- 香野毅 (2010) 発達障害児の姿勢や身体の動きに関する研究動向 特殊教育学研究, 48(1), 43-53.
- 高橋智・井戸綾香・田部絢子・石川衣紀・内藤千尋 (2014) 発達障害と「身体の動きにくさ」の困難・ニーズ：発達障害の本人調査から 東京学芸大学紀要総合教育科学系, 65(2), 23-60.
- 高橋智・石川衣紀・田部絢子 (2011) 本人調査からみた発達障害者の「身体症状（身体の不調・不具合）」の検討 東京学芸大学紀要総合教育科学系, 62(2), 73-107.
- 小澤永治 (2007) 思春期における自体感とストレス反応の発達の变化 動作法によるリラクセーション課題の実践を通して リハビリテーション心理学研究, 33(2), 25-35.
- 森崎博志 (2002) 自閉症児におけるコミュニケーション行動の発達の变化と動作法 リハビリテーション心理学研究, 30, 65-74.
- 成瀬悟策 (2007) 動作のこころ 誠信書房
- 杉山登志郎・辻井正次 (1999) 高機能広汎性発達障害 アスペルガー症候群と高機能自閉症 プレーン出版
- 滝吉美知香・田中真理 (2009) ある青年期アスペルガー障害者における自己理解の変容 自己理解質問および心理劇的ロールプレイングをとおして 特殊教育学研究, 46(5), 279-290.
- 竹下加奈子・大野博之 (2002) ADHD 児への動作法の適用 主体的活動の特徴と注意の仕方の検討 リハビリテーション心理学研究, 30, 31-40.
- 吉川昌子・城元寿美 (2011) 青年期発達障がい者のためのコミュニティ・グループワークの効果と今後の課題：当事者評価からの検討 中村学園大学発達支援センター研究紀要, 2, 25-36.
- 吉川昌子 (2009) 中学生の心理劇にみられた「とげとげことば」から「あったかことば」への変容 軽度発達障害のための心理劇 情操を育む支援法 高原朗子 (編) 九州大学出版会, 84-97.